

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Recomendaciones Generales de Seguridad.
Auxiliares de Vías y Obras

VOLUMEN V

Elaboración
Yolanda Martínez
Servicio de Prevención de Riesgos Laborales

Dibujos portada y contraportada
Andrés Rubio González

Impresión y Reproducción
Imprenta Provincial
Diputación de Alicante

Edición 2009



CONTENIDOS

ORDEN Y LIMPIEZA EN EL LUGAR DE TRABAJO

- Apilar correctamente los materiales de trabajo, ladrillos, sacos, tablas, etc.



- No acumular escombros, materiales, tablas, etc. Eliminar correctamente todo lo innecesario.

- Comunicar y recoger con rapidez pero adecuadamente cualquier derrame o vertido.

- Guardar ordenadas las herramientas, evitando dejarlas en cualquier sitio.

ESCALERAS DE MANO

- Antes de utilizarlas, asegurar su estabilidad y la de la base de apoyo, que estará despejada.

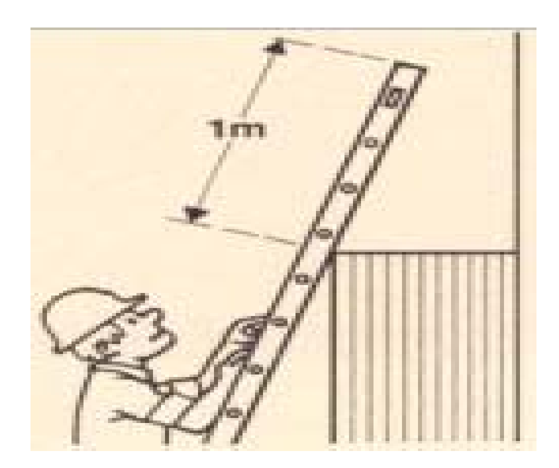


- Mantener el cuerpo frente a las mismas y dentro de los largueros, con las manos libres para agarrarse a los peldaños o a los largueros.



- No manejar cargas que por peso o dimensiones puedan comprometer la estabilidad del cuerpo.

- Las escaleras simples se colocaran formando 75 grados con la horizontal y sujetas al paramento sobre el que se apoyen. Para acceder a lugares elevados sus largueros deberán prolongarse al menos 1 metro por encima de éstos.

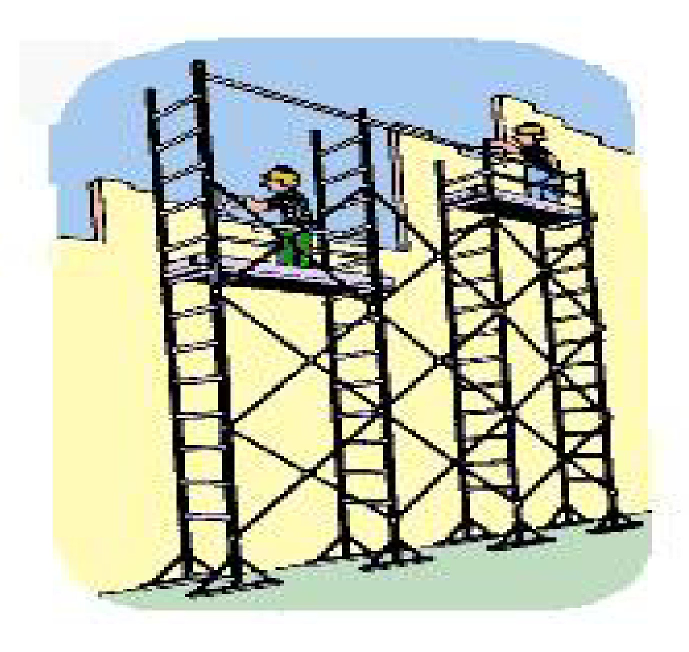


- Los trabajos a más de 3,5 metros de altura que requieran movimientos o esfuerzos peligrosos para la estabilidad del trabajador, sólo se efectuarán si se utiliza cinturón de seguridad o se adoptan otras medidas de protección alternativas.



ANDAMIOS

- Estarán ARRIOSTRADOS, tendrán bases de apoyo adecuadas y su distancia al paramento vertical no será superior a los 25cm.



- Las plataformas tendrán un ancho mínimo de 60 cm. y estarán firmemente ancladas a la estructura y entre sí si son tablones. A más de 2 m de altura, necesitarán barandillas perimetrales de 90 cm. de altura, listón intermedio y rodapiés.

- En las plataformas no debe fabricarse morteros ni se deben abandonar materiales o herramientas.

MÁQUINAS Y HERRAMIENTAS MOTORIZADAS



- Usar equipos certificados (con marcado CE), en buen estado y según las instrucciones del fabricante (manual de instrucciones en castellano), SIN RETIRAR LAS PROTECCIONES DE SEGURIDAD QUE LLEVEN INCORPORADAS.

- Contribuir al adecuado y periódico mantenimiento de los equipos y comunicar cualquier anomalía.





- Usar los EPI adecuados al equipo y al trabajo.
- Concentrarse durante el manejo de las máquinas.



Motosierra y desbrozadora





- Manejar por una sola persona y con muchísima precaución. Coger con ambas manos y con fuerza.
- Inspección visual previa para comprobar el óptimo estado de los dispositivos de corte, el correcto funcionamiento de los dispositivos de seguridad (parada del motor, mecanismos de aceleración y frenado)..
- Arrancar el motor en lugares ventilados, lejos de la zona donde se ha repostado el combustible y lejos de personas.
- Las protecciones individuales son imprescindibles.

Motosierra

- Con el freno de la cadena accionado, arrancarla así:

-agarrar el asa delantera con la mano izquierda y colocar el pie derecho sobre la parte inferior del asa posterior para apretarla contra el suelo

-con la mano derecha agarrar el puño de arranque y tirar lentamente del cordón hasta notar resistencia, entonces dar tirones fuertes y rápidos.



- Cortar con la máquina a plena aceleración y con la parte de inferior de la espada (cadena en retroceso). Evitar usar la punta.
- Transportar con la cadena y el motor parado y la funda puesta.

Desbrozadora

- Ajustar la longitud del cinturón de modo que el mosquetón quede un palmo por debajo de la cadera derecha.
- No trabajar con la desbrozadora por encima de la altura de la cabeza.
- Arrancar presionando contra el suelo con mano izquierda (no con el pie) y con la derecha tomar la cuerda y tirar.



HERRAMIENTAS MANUALES

- Seleccionar la herramienta adecuada para cada tarea.
- Manejarlas/transportarlas de la forma debida.





- Mantenerlas en buen estado (afiladas..), comunicando cualquier desperfecto.
- Guardarlas limpias, ordenadas y en lugar seguro.

PODAS

- Extremar la precaución si se realiza en altura.
- Observar si hay tendidos eléctricos, insectos, reptiles..
- Realizar la manipulación de los restos de poda con precaución (cortes, caídas, peso..).



❖ Planificar la poda (choques contra ramas, desplomes..) y cortar siempre en sentido contrario al cuerpo, abriéndose espacio en el sentido de avance.

❖ Usar ropa de trabajo resistente que cubra el cuerpo y no demasiado amplia.

❖ Usar EPIS: gafas, mascarillas, guantes y calzado de seguridad, casco…



QUEMAS

❖ Realizarlas si la meteorología lo permite.

❖ Actuar con máxima precaución al encender y al manejar el combustible.

❖ Controlar la evolución del fuego a una distancia prudente, controlando la altura de la llama y la longitud de su frente.



❖ Las garrafas de combustible y los vehículos se mantendrán suficientemente alejados.

❖ Mantenerse preparado para imprevistos (agua, herramientas tipo azada..).



SOLDADURA

- Usar equipos certificados, en perfecto estado y siguiendo las instrucciones del fabricante, vigilando especialmente los sistemas de protección frente al riesgo eléctrico (diferencial; puesta a tierra; aislamientos: ruedas de goma, cables, conectores para empalmes; clavija adecuada a la toma con cable de tierra que estará siempre conectado…)

- Se deberá utilizar en lugares ventilados, secos, limpios y lejos de materiales o sustancias inflamables. En caso de incendio cortar la corriente y usar extintores de polvo ABC o de CO_2 (éste preferentemente).





- EPI fundamentales para evitar radiaciones (piel y ojos), quemaduras, proyecciones de partículas, contactos eléctricos, respiración de humos de soldadura…. Pe.: guantes para coger la pinza y para quitar o poner el electrodo (sin introducirlo demasiado: arco que lo quemaría).

- Extender bien los cables para evitar que se calienten.

- No dejar el electrodo conectado a la pinza cuando no se esté soldando (cortocircuitos).

- Nunca poner la pinza en contacto con el cuerpo, ni aprisionarla entre las piernas o bajo la axila.

VEHÍCULOS/MÁQUINAS

- Mantener las distancias de seguridad (personas, zanjas, taludes..) y seguir las instrucciones de los compañeros durante las maniobras.
- Usar el cinturón de seguridad obligatoriamente, aunque se tenga cabina antivuelco o arco de seguridad.

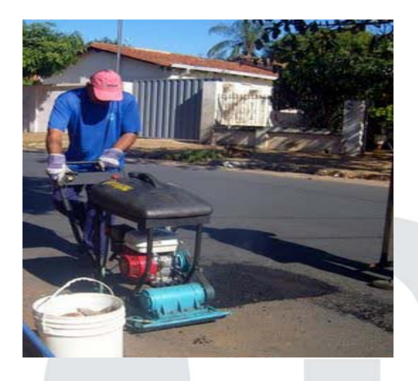




- Subir/bajar a la cabina con el motor parado y el freno de mano puesto.
- Arrancar en punto muerto y nunca mientras se desliza por una pendiente. En pendientes no desembragar ni dejar en punto muerto. Bajarlas con una marcha.

Rulo compactador





- En superficies inclinadas no dejar el rodillo en marcha porque puede soltar el freno.
- Compactar los taludes de cierta pendiente con el rodillo en punto muerto (sin vibrar).



- Compactar los terraplenes desde el eje hacia el talud, es decir, de dentro a fuera.

- Cinturones antivibratorios para exposiciones prolongadas.

MANIPULACIÓN DE CARGAS

- Realizarla con medios mecánicos siempre que sea posible.





- En caso de hacerlo manualmente, recurrir a una correcta técnica de levantamiento y a la ayuda de compañeros (coordinación).

- Usar equipos de protección individual.

- Cuando se cargue el camión, distribuir la carga y sujetarla adecuadamente. Se realizará lentamente y no por encima de personas.

SEÑALIZACIÓN MÓVIL DE OBRAS

- Las señales que deban estar situadas en el mismo lugar un cierto intervalo de tiempo (tipo trípode y similares..) deben ser objeto de gran atención pues DEBERÁN SER DESPLAZADAS de forma periódica y resultar perfectamente visibles. LA OBRA DEBERÁ ESTAR COMPLETAMENTE SEÑALIZADA AUNQUE SEA DE CORTA DURACIÓN.



- Las señales se irán colocando en el mismo orden en que vaya a encontrárselas el usuario. Al finalizar la obra se recogerán en sentido inverso.



Tareas de bandera

- Permanecer de cara al tráfico y atento a los vehículos, inclusive los que dan marcha atrás.
- No beba, coma, fume, hable, lea, escuche música, etc. mientras dirige el tráfico.
- No se sitúe donde pueda ser atropellado pero sí en lugares visibles (ojo curvas, badenes..).



- Tenga rutas de escape preparadas.
- La normativa vigente y que puede incidir sobre la señalización móvil de obras es la Ley de Seguridad Vial, el Reglamento General de Circulación, el Catálogo de Señales de Circulación del Ministerio de Obras Públicas y Urbanismo y la Norma de Carreteras 8.3 -IC "Señalización de Obras".

PRODUCTOS QUÍMICOS

- Mantener los envases limpios y bien cerrados para evitar derrames y contaminación por sus vapores. Ojo con usar otros envases..
- Preparar y usar los productos según las instrucciones del fabricante (etiquetas y fichas de datos de seguridad) y en el exterior si es posible (de espaldas al viento). Si no lo es, hacerlo en locales bien ventilados.





- Mezclar con paletas… evitando salpicaduras y derrames (se neutralizarán con productos apropiados; ojo con trapos impregnados).

- Limitar la cantidad a la estrictamente necesaria y transportarla adecuadamente. Ojo con las sustancias inflamables.

- Utilizar siempre los EPIS necesarios: respiratorio, ocular, manos, ropa, calzado.. y extremar las normas de higiene personal.





TEMPERATURAS EXTREMAS-CALOR

- Evitar tareas pesadas en horas de fuerte insolación.



- Tiempo de exposición limitado/pautas de descanso en lugares más frescos.
- Usar protección para la cabeza e indumentaria fresca.
- Evitar alcohol y bebidas excitantes.
- Hidratarse bien antes de empezar a trabajar y durante la jornada (bebidas isotónicas, a menudo y en pequeñas cantidades).

TEMPERATURAS EXTREMAS-FRÍO

- Tiempo de exposición limitado/pautas de descanso en lugares más cálidos.
- Usar indumentaria adecuada y protección de la cabeza, manos y pies.



- Evitar alcohol y bebidas excitantes.
- Ingerir las calorías necesarias para hacer frente al gasto derivado de la actividad y de las contracciones musculares.



ACTOS INSEGUROS

- ESTAR DE PIE EN LA CAJA DEL CAMIÓN CON ÉSTE EN MARCHA
- AVANZAR ENGANCHADO A LAS MÁQUINAS, AL CAMIÓN, AL RULO, DENTRO DE LA PALA DE LA RETRO, DENTRO DEL REMOLQUE..



- ACCEDER A LA CAJA DEL CAMIÓN DESDE EL REMOLQUE
- NO USAR CINTURONES DE SEGURIDAD, INCLUSO EN ASIENTOS TRASEROS
- CAMINAR SOBRE LAS BIONDAS SI SE APARCA CERCA DE ELLAS



- SALTAR DESDE LA CAJA DEL CAMIÓN AL SUELO
- SALTAR AL INTERIOR DE LAS CUNETAS

- SUBIR ENCIMA DE LOS MONTONES DE CHATARRA O DE LOS ACOPIOS DE POSTES
- INSUFICIENTE SUJECIÓN DE BIONDAS CUANDO SE VAYAN A DESENGANCHAR
- IMPROVISACIÓN DE ANDAMIOS Y/O ESCALERAS MANUALES (carteles en altura)



- NO USAR LAS PROTECCIONES INDIVIDUALES PRECEPTIVAS (radial, taladro, desbrozadora…)
- USAR LAS ESCALERAS MANUALES DE TIJERA SIN SU TIRANTE DE SEGURIDAD O A CABALLITO





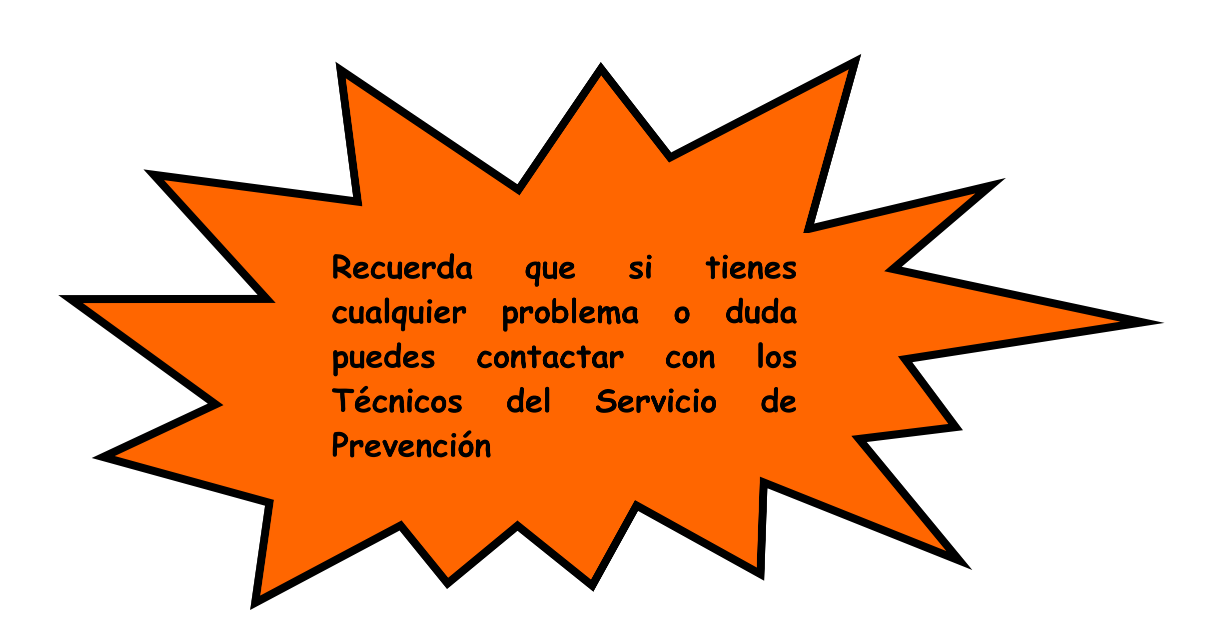
Si consideras que durante el desarrollo de tu trabajo se realizan otros actos inseguros, por hábitos incorrectos, completa la lista siguiente para identificarlos y ser consciente de ellos. Así podrás tú mismo rectificar comportamientos erróneos.

- --
- --
- --
- --
- --
- --
- --
- --
- --

- ❖ --
- ❖ --
- ❖ --
- ❖ --
- ❖ --
- ❖ --
- ❖ --
- ❖ --
- ❖ --
- ❖ --
- ❖ --



DIPUTACIÓN
DE ALICANTE



Recuerda que si tienes cualquier problema o duda puedes contactar con los Técnicos del Servicio de Prevención





HAZ DE LA SEGURIDAD TU RUTINA

...

Área de Recursos Humanos
Servicio de Prevención







E-mail: serviciodeprevencion@dip-alicante.es